

Ποτέ δεν ξέρεις
πότε θα εκδηλωθεί
ο έρπητας ζωστήρας¹

10

σημαντικές ερωτήσεις
για τον έρπητα ζωστήρα

Υπό την αιγίδα



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΑΛΓΟΛΟΓΙΑΣ
HELLENIC SOCIETY OF ALGOLOGY
ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΤΜΗΜΑ ΤΗΣ IASP & EFIC
GREEK CHAPTER OF IASP & EFIC



ΙΑΤΡΙΚΟΣ
ΣΥΛΛΟΓΟΣ
ΑΘΗΝΩΝ



Τι είναι ο έρπητας ζωστήρας;

- Ο έρπητας ζωστήρας είναι μία επίπονη νόσος που επηρεάζει τα νεύρα και τη περιοχή του δέρματος που καταλήγουν³.
- Ο έρπητας ζωστήρας προκαλείται από την επανενεργοποίηση του ίδιου ιού που προκαλεί την ανεμευλογιά. Συμβαίνει πιο συχνά σε άτομα άνω των 60 ετών^{2,4}.



Τι προκαλεί τον έρπητα ζωστήρα;

- Μετά την ανεμευλογιά, ο ιός δεν εκριζώνεται από το σώμα σας, αλλά παραμένει στο νευρικό σύστημα σε λανθάνουσα κατάσταση. Μπορεί να επανενεργοποιηθεί οποιαδήποτε χρονική στιγμή προκαλώντας έρπητα ζωστήρα¹.
- Το 95% των ενηλίκων άνω των 60 ετών έχουν περάσει ανεμευλογιά. Συνεπώς, έχουν τον ιό που προκαλεί τον έρπητα ζωστήρα μέσα στον οργανισμό τους και μπορεί να αναπτύξουν τη νόσο¹.



Τι πιθανότητες έχω να πάθω έρπητα ζωστήρα;

- Η πιθανότητα εμφάνισης έρπητα ζωστήρα υπερδιπλασιάζεται μετά την ηλικία των 60, λόγω της φυσικής εξασθένησης του ανοσοποιητικού συστήματος με την αύξηση της ηλικίας^{4,5}.
- Έχετε 1 στις 4 πιθανότητες να πάθετε έρπητα ζωστήρα κάποια στιγμή της ζωής σας^{6,7}.
- Ειδικότερα για άτομα με χρόνια συνοδά νοσήματα (σακχαρώδη διαβήτη, χρόνια αποφρακτική πνευμονοπάθεια, άσθμα, χρόνια νεφρική νόσο, κατάθλιψη, φλεγμονώδη νόσο του εντέρου) η πιθανότητα εμφάνισης έρπητα ζωστήρα αυξάνεται σημαντικά^{8,22}.



4

Ποια είναι τα συμπτώματα του έρπητα ζωστήρα;

- Τα συμπτώματα του έρπητα ζωστήρα μπορούν να κυμανθούν από ήπια έως πολύ σοβαρά. Είναι δύσκολο να προβλεφθεί πόσο σοβαρός θα είναι ο έρπητας ζωστήρας^{9,17,23}.
- Τυπικά, υπάρχει ένα εξάνθημα στη μία πλευρά του σώματος, συχνά στο άνω μέρος του σώματος, το θώρακα, το λαιμό ή γύρω από τον οφθαλμό. Το εξάνθημα μετατρέπεται σε επώδυνες, γεμάτες υγρό φυσαλίδες, οι οποίες σπάνε, σχηματίζουν κρούστα και επουλώνονται μέσα σε λίγες εβδομάδες^{9,23}.
- Ο έρπητας ζωστήρας δεν είναι απλώς ένα εξάνθημα. Οι περισσότεροι άνθρωποι υποφέρουν από αίσθημα καύσου, διαπεραστικό πόνο στην περιοχή του εξανθήματος που μπορεί να είναι σταθερός ή διαλείπων. Μερικές φορές, ακόμη και απαλά ερεθίσματα, όπως η αφή των ρούχων ή ένα ελαφρύ αεράκι κατά μήκος του δέρματος μπορεί να προκαλέσει πόνο¹⁰.
- Στις σοβαρές περιπτώσεις, ο πόνος είναι αφόρητος¹⁰.

5

Πόσο διαρκεί ο πόνος από έρπητα ζωστήρα;

- Ο πόνος κατά την οξεία φάση του έρπητα ζωστήρα (κατά την ύπαρξη του εξανθήματος) διαρκεί κατά μέσο όρο 2-4 εβδομάδες^{11,23}.
- Συνήθως, ο πόνος από έρπητα ζωστήρα σταματά μετά την επούλωση του εξανθήματος. Ωστόσο, ορισμένα άτομα βιώνουν μακροχρόνιο νευροπαθητικό πόνο που ονομάζεται μεθερπητική νευραλγία, η οποία μπορεί να διαρκέσει μήνες ή ακόμα και χρόνια. Όπως και με τον έρπητα ζωστήρα, ο κίνδυνος ανάπτυξης μακροχρόνιου νευροπαθητικού πόνου αυξάνεται με την αύξηση της ηλικίας¹².



6

Ποια είναι η επίπτωση του έρπητα ζωστήρα στην καθημερινή ζωή;

- Ο πόνος από έρπητα ζωστήρα μπορεί να έχει σοβαρή αρνητική επίπτωση στις ζωές των πασχόντων¹³.
- Η πλειοψηφία των πασχόντων δηλώνουν ότι επηρεάζει σημαντικά την ποιότητα ζωής τους και διαταράσσεται μέχρι και ο ύπνος τους, η εργασία και η κοινωνική ζωή τους^{14,15}.

7

Μπορεί ο έρπητας ζωστήρας να προκαλέσει μόνιμη βλάβη;

- Δυστυχώς, ναι. Το 10-20% των περιστατικών έρπητα ζωστήρα επηρεάζει τον οφθαλμό, γεγονός το οποίο μπορεί να οδηγήσει σε επιδείνωση της όρασης ή σπανίως και σε τύφλωση στο προσβεβλημένο οφθαλμό^{16,17}.
- Ο έρπητας ζωστήρας μπορεί επίσης να προκαλέσει απώλεια ακοής στην προσβεβλημένη πλευρά του σώματος, λοίμωξη του δέρματος, μόνιμες ουλές ή ακόμα πιο σπάνια, περιφερική κινητική νευροπάθεια (βλάβη σε νεύρο που ελέγχει την κίνηση)^{18,19}.

8

Είναι μεταδοτικός ο έρπητας ζωστήρας;

- Δεν μπορείτε να κολλήσετε έρπητα ζωστήρα από κάποιον που έχει έρπητα ζωστήρα ή ανεμευλογιά. Ο έρπητας ζωστήρας προκαλείται από επανενεργοποίηση του δικού σας ιού της ανεμευλογιάς που είναι ήδη μέσα σας. Η έκθεση σε κάποιον με ενεργό έρπητα ζωστήρα δεν έχει καμία επίδραση σε αυτή την επανενεργοποίηση⁷.
- Ωστόσο, για όσο χρόνο είναι παρούσες οι φυσαλίδες του έρπητα ζωστήρα, είναι δυνατό να μεταδώσετε την ανεμευλογιά σε άτομα που δεν την είχαν ποτέ⁷.

9

Θεραπεύεται ο έρπητας ζωστήρας;

- Σε ορισμένες περιπτώσεις, ο έρπητας ζωστήρας είναι δύσκολο να αντιμετωπιστεί²³.
- Ο ιατρός σας μπορεί να σας συνταγογραφήσει διάφορα θεραπευτικά σχήματα ώστε να αντιμετωπίσει τα συμπτώματα, καθώς και παυσίπονα για την ανακούφιση από τον πόνο που σχετίζεται με τον έρπητα ζωστήρα. Οι θεραπείες μπορεί να ποικίλουν ανάλογα την περίπτωση. Για να είναι αποτελεσματική μια αντιική θεραπεία έναντι του έρπητα ζωστήρα, πρέπει να ξεκινήσει όχι αργότερα από 72 ώρες μετά την εμφάνιση του εξανθήματος^{20, 23}.

10

Μπορεί να προληφθεί ο έρπητας ζωστήρας;

- Ναι! Η πρόληψη του έρπητα ζωστήρα είναι εφικτή μέσω του εμβολιασμού. Στη χώρα μας ο εμβολιασμός έναντι του έρπητα ζωστήρα έχει ενταχθεί στο Εθνικό Πρόγραμμα Εμβολιασμών του Υπουργείου Υγείας. Σύμφωνα με αυτό το πρόγραμμα, το εμβόλιο συστήνεται και χορηγείται δωρεάν στα άτομα 60 ετών και άνω, ανεξάρτητα από το αν είχαν προηγούμενο επεισόδιο έρπητα ζωστήρα²¹.

Συζητήστε με τον ιατρό ή/και τον
φαρμακοποιό σας για την πρόληψη/
εμβολιασμό έναντι του έρπητα ζωστήρα.

Όπως με κάθε εμβόλιο, το εμβόλιο έναντι του έρπητα ζωστήρα ενδέχεται να μην προστατεύσει πλήρως όλους όσους κάνουν το εμβόλιο.²⁴



Για περισσότερες πληροφορίες
επισκεφτείτε το www.erpiszostir.gr



Αν είστε **60** ετών και άνω, η πρόληψη του έρπητα ζωστήρα και του μακροχρόνιου νευρικού πόνου που προκαλεί, είναι τώρα εφικτή.²¹

Βιβλιογραφία: 1. Johnson RW, Wasner G, Saddier P et al. Postherpetic Neuralgia: epidemiology, pathology and management. *Expert Rev Neurother* 2007;7: 1581-95. 2. Arvin A. Aging, immunity, and the varicella zoster virus. *N. Engl J Med* 2005;352:2266-67. 3. Oxman MN. Zoster Vaccine: Current Status and Future Prospects *Clinical Infectious Diseases* 2010;52(2): 197-213. 4. Johnson RW. Herpes Zoster and Postherpetic Neuralgia: a review of the effects of vaccination *Aging Clin Exp Res* 2009;21: 236-243. 5. Burke BL: Steele RW; Beard OW; Wood JS; Cain TD; Marmer DJ. Immune Responses to Varicella-Zoster in the Aged. *Arch Intern Med* 1982; 42:291-293. 6. Browsher D. The lifetime occurrence of Herpes Zoster and prevalence of post-herpetic neuralgia: A retrospective survey in an elderly population. *Eur J Pain* 1999;3: 335-42. 7. Miller E, Marshall R, Vurdien J. Epidemiology, outcome and control of varicella-zoster-infection *Rev Med Micro* 1993;4: 222-30. 8. Forbes HJ, Bhaskaran K, Thomas SL, Smeeth L, Clayton T, Langan Sm. Quantification of risk factors for herpes zoster: population based case-control study. *BMJ* 2014;348:g2911. 9. Hope-Simpson RE. Postherpetic neuralgia. *JR Coll Gen Practice* 1975;25: 571-5. 10. Johnson RW et al. The impact of herpes zoster and post-herpetic neuralgia on quality-of-life. *BMC Med* 2010;8:1-13. 11. Helgason S, Petursson G, Gudmundsson S et al. Prevalence of postherpetic neuralgia after a single episode of herpes zoster: prospective study with long term follow up. *Br Med J* 2000; 321: 1-4. 12. Johnson RW. Zoster associated pain: what is known, who is at risk and how can it be managed? *Herpes* 2007;14 (s2): 30A-34A. 13. Weinke T et al. Impact of herpes zoster and post-herpetic neuralgia on patients' quality of life: a patient-reported outcomes survey *J Public Health* 2010;18(4): 367-374. 14. Drolet M et al. The impact of herpes zoster and postherpetic neuralgia *CMAJ* 2010;N/A: DOI:10.1503/cmaj.091711. 15. Drolet M. Employment related productivity loss associated with herpes zoster and postherpetic neuralgia: A 6-month prospective study. *Vaccine* 2012;30:2047-50. 16. Cunningham AL, Breuer J, Dwyer DE et al. The prevention and management of herpes zoster. *Med J Aust* 2008;188: 171-6. 17. Pavan-Langston D. Ophthalmic zoster. In: Arvin AM, Gershon AA eds. *Varicella-Zoster virus – Virology and clinical management*. Cambridge: Cambridge University Press; 2000;N/A: p276-98. 18. Oxman MN. Clinical manifestations of herpes zoster. In: Arvin AM, Gershon AA, eds. *Varicella-Zoster Virus. Virology and clinical management*. Cambridge: Cambridge University Press; 2000. p. 246-75. 19. Gaili K et al. The sequelae of Herpes Zoster. *Arch Intern Med* 1997; 157: 1209-1213. 20. Johnson R, McElhaney J, Pedalino B et al. Prevention of herpes zoster and its painful and debilitating complications. *Int J Infect Dis (Supplement)* 2007; 11 S2:S43-S48. 21. Εγκύκλιος με θέμα "Πρόγραμμα εμβολιασμών ενηλίκων", Υπουργείο Υγείας, Γενική Διεύθυνση Δημόσιας Υγείας, Αρ. Πρωτ. Γ1α/Γ.Π.οικ.38872, Αθήνα, 23/5/2017. 22. Guignard AP, Greenberg M, Lu C, Rosillon D, Vannappagari V. Risk of herpes zoster among diabetics: a matched cohort study in a US insurance claim database before introduction of vaccination, 1997-2006. *Infection*. 2014;42:729-35. 23. Harpaz R et al. Prevention of Herpes Zoster Recommendations of the Advisory Committee on Immunization Practices (ACIP), *MMWR*. 2008;RR-5:1-30. 24. Φύλλο Οδηγιών Χρήσης Zostavax, Νοέμβριος 2017

Διοργανωτής & Χορηγός

